

دعای روز بیست و چهارم

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ - اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ فِيهِ مَا يُرْضِيكَ وَأَعُوذُ بِكَ مِمَّا يُؤْذِيكَ وَأَسْأَلُكَ التَّوْفِيقَ فِيهِ لِأَنْ أَطِيعَكَ وَلَا أَغْصِيكَ يَا جَوَادُ السَّائِلِينَ.

خدایا من از تو می‌خواهم در آن آنچه تو را خوشنود کند و پناه می برم بتو از آنچه تو را بیازارد و از تو خواهم توفیق در آن برای اینکه فرمانت برم و نافرمانی تو ننمایم ای بخشنده سائلان.

نکته تربیتی در قرآن

۱. اگر قصد راهنمایی و تربیت کسی را دارید، در قدم اول از گفتار نرم و با محبت بهره بگیرید؛ حتی اگر مخاطب شما فرعون سرکش یا سران لجوج کفار جاهلی باشند؛ (طه/۴۴ و شعرا/۲۱۵).
۲. الف) گفتار رفتار آدمی در هر زمان و مکان، در حافظه الهی محفوظ است؛ مراقب باشید؛ (لقمان/۱۶ و کهف/۳۰) ب) نسبت به انسان های اطراف، احساس مسئولیت کن و آنها را از کارهای بد بازدار و به کارهای خوب تشویق کن؛ (لقمان/۱۷).
- ج) در رفتارهای اجتماعی دقت کن! مبدا با غرور رویت را از دیگران برگردانی یا مثل متبکران راه بروی؛ میانه روی، بهترین روش است؛ مراقب باش صدایت را بر سر کسی بلند نکنی؛ (لقمان/۱۸ و ۱۹).
۳. قرآن کریم به شدت با پیروی از جمع (خواهی نشوی رسوا، هم‌رنگ جماعت شو) و حرکت به دنبال اکثریت، مخالف است. قرآن می گوید: اگر بخواهی از اکثریت مردم فقط به این خاطر که اکثریت هستند، پیروی کنی، بدون شک از راه خدا دور می شوی؛ همیشه با چشمان باز تصمیم بگیر؛ (انعام/۱۱۶ و اسراء/۳۶).
۴. در اطاعت از بزرگان هم گوش و چشم را باز کن که فردا فقط و فقط خودت پاسخ گوی اعمال تو خواهی بود؛ (احزاب/۶۷).
۵. علم بهتر است یا ثروت؟ جواب آن را در آیه ۲۴۷ بقره پیدا خواهید کرد.
۶. امانت داری یکی از ارزشمندترین ارزش های قرآنی است. حضرت موسی (ع) را به خاطر امانتداری و قدرتش، در خانه حضرت شعیب پناه دادند؛ (قصص/۲۶) و حضرت یوسف را به خاطر امانتداری و علمش، بر خزانه مصر نشانند؛ (یوسف/۵۵) و حتی رسول خدا (ص) که از سوی خداوند برگزیده شد، مشهور به امانتداری و به محمد امین معروف بود.
۷. اگر می خواهید مخاطبان به سوی شما جذب شوند، ابتدا به خودتان بپردازید! روح خشک و سنگین و بی لطافت، هیچ گاه در امر تربیت موفق نمی شود. مهربانی، دلسوزی و رقت قلب را در خود پرورید تا مردم بی آن که شما متوجه شوید، در اطراف شما جمع گردند؛ (ال عمران/۱۵۹).

منبع: قرآن و روانشناسی، عثمان نجاتی

مسابقه شماره ۲۴

به عزیزانی که تا شماره آخر نشریه روزانه به تعداد بیشتری از سئوالات پاسخ دهند جوایزی اهداء خواهد شد.

۲۴- معانی کلمات (حُلَافَه، عَتَل، صَرِيب، صَارِمِين) کدام است؟ (سوره قلم)

محل تجویل پاسخ ها: واحد قرآن و عترت، معاونت دانشجویی فرهنگی داخلی ۳۳۳ و ۲۶۲. توجه: برای پاسخ تا آخرین روز ماه مبارک رمضان فرصت دارید.

دبیرخانه ی شورای عالی اقامه نماز

واحد قرآن و عترت معاونت دانشجویی، فرهنگی

دانشگاه علوم پزشکی قزوین

هیئت تحریریه: سیدمرتضی حسینی، فاطمه رحمان پور

با نظارت: دبیر خانه شورای عالی اقامه نماز دانشگاه منتظر نظرات و پیشنهادات شما هستیم

ضرب المثل های فارسی و آیات قرآنی



« مِنْهَا خَلَقْنَاكُمْ وَفِيهَا نُعِيدُكُمْ وَمِنْهَا نُخْرِجُكُمْ تَارَةً أُخْرَى » (طه/۵۵).
(ما شما را از آن [زمین] آفریدیم؛ و در آن باز می گردانیم؛ و بار دیگر (در قیامت) شما را از آن بیرون می آوریم).
عربی: « كلُّ شَيْءٍ يَرْجِعُ إِلَى أَصْلِهِ » (هر چیزی به اصل خویش بر می گردد).
فارسی: هر کسی کو دور ماند از اصل خویش باز جوید روزگار وصل خویش.

نکته روانشناسی در قرآن

۱. از دیدگاه قرآن سه نوع شخصیت اساسی وجود دارد: مؤمن، کافر و منافق؛ (آیات ۲ تا ۲۰ سوره بقره).
۲. شخصیت های مؤمن، خود دارای سه درجه شخصیتی می باشند؛ آنان که به خود ظلم می کنند، آنان که میانه رو هستند و آنان که پشتتازانند؛ (فاطر/۳۲).
۳. مشخصه بارز شخصیت کافر آن است که دل و اندیشه اش را قفل کرده است و راهی برای نفوذ هیچ حرف تازه و اندیشه متفاوتی نگذاشته است و به همین دلیل، از درك حقایق عاجز است.
۴. خصوصیت بارز شخصیت منافق از دیدگاه قرآن، دوگانگی ریشه ای در ظاهر و باطن است؛ به همین دلیل، مبتلا به شک و تردید و عدم قدرت تصمیم گیری و ناتوانی در قضاوت می شود؛ (بقره/۸ تا ۲۰ و منافقون).
۵. در قرآن کریم، در آیات فراوانی از اندوه علل ایجاد کننده آن و راه های برطرف ساختن آن سخن رفته است. گاهی اندوه فراق را با دیدار و گاهی اندوه فقر را با بشارت و گاهی اندوه رسول خدا (ص) را به دلداری حضرت حق، درمان نموده است.
۶. در دیدگاه قرآن، ترس دو نوع است؛ ترس پسندیده و ترس ناپسند؛ ترس پسندیده همان ترس از خداوند و عدالت اوست که منجر به اصلاح رفتار می شود؛ (انفال/۲) و ترس ناپسند، اضطرابی شدید با علت مشخصی است که تسلط بر نفس را از بین می برد و باید با آن مبارزه شود؛ (احزاب/۱۰ و ۱۱).
۷. از نظر قرآن دو نوع خشم وجود دارد؛ خشم مفید و متعادل و خشم مخرب و نابهنجار؛ خشم متعادل راهی برای رسیدن به هدف در مواقع لزوم است و خشم مخرب را باید درمان کرد. قرآن کریم با توصیه به صبر و پاسخ گویی با عمل نیک و با وعده بهشت و پاداش اخروی، به وسیله سفارش به بخشش و عفو، یادآوری قدرت و خشم خداوند و ... به درمان بیماری سلامتی سوز خشم و عصبانیت پرداخته است.
۸. که به ترتیب در سوره شوری، آیه ۴۳، فصلت، آیه ۳۴، آل عمران، آیات ۱۳۳ و ۱۴۳، شوری، آیات ۳۶ و ۳۷ و نور، آیه ۲۲ بیان شده است.
۹. در قرآن به سه نوع از مکانیسم های دفاعی - روانی اشاره شده است که عبارتند از: فرافکنی (منافقون/۴)، دلیل تراشی (بقره/۱۱ و ۱۲) و واکنش سازی (بقره/۲۰۴ و ۲۰۵ و منافقون/۴).
۱۰. در فرهنگ قرآن یکی از راه های موثر و اساسی روان درمانی، استفاده از مواعظ و اندرزهای قرآنی است؛ (یونس/۵۷).
۱۱. در روش روان درمانی قرآنی، ایمان، تولید امنیت درونی و آرامش می نماید؛ (انعام/۸۲ و رعد/۲۸).
۱۲. یاد خدا، آرام بخش دلهاست؛ (رعد/۲۸).

